

30. Schädliche Gewohnheiten

Rauchen als schlechte Angewohnheit – ist das Rauchen haram?

Rauchen ist ein Verhalten, das keinem Menschen angemessen ist und besonders nicht einem Gläubigen, der ein Mensch mit Prinzipien und Willenskraft sein sollte. Denn ein Gläubiger ist jemand, der sein Leben in Ausgewogenheit und mit Maß führt. Deshalb meidet er konsequent alle Gewohnheiten, die zu Abhängigkeit oder Sucht führen können. Er hält inne und legt seine Freiheit niemals in solche Fesseln. Ein Mensch, der dem Netz seiner Gewohnheiten verfällt und süchtig wird, ist kaum noch in der Lage, selbst die leichtesten Belastungen des Lebens zu tragen, sobald sich seine Umstände nur ein wenig verändern. Er fühlt sich wie gelähmt und unfähig zu handeln. Ein gläubiger Mensch lässt sich nicht leichtfertig auf solche Gewohnheiten ein, verengt nicht seinen weiten Horizont und stellt sich selbst keine Fallen. Im Gegenteil, er gestaltet sein Leben so, dass er unter allen Umständen der Verantwortung als Mensch und der Verpflichtung gegenüber Allah gerecht wird.

Besonders in den letzten Jahren hat die medizinische Forschung gezeigt, dass Zigaretten tausende giftiger Stoffe wie Nikotin, Kohlenmonoxid, Arsen, Blausäure, Ammoniak und Teer freisetzen. All diese Gifte machen süchtig und verursachen Krebsarten wie Leberkrebs, Kehlkopfkrebs, Magenkrebs, Prostatakrebs, Gebärmutterkrebs und Nierenkrebs. Sie führen zu Herzkrankheiten, Wundbrand, begünstigen Diabetes und richten nicht wiedergutzumachende Schäden an den Fortpflanzungsorganen an. Es ist auch nachgewiesen, dass diese Gifte die Sauerstoffaufnahme der Zellen behindern und damit die Funktion aller Organe stören. Die Statistiken zeigen deutlich, dass Millionen von Menschen daran gestorben sind. Wer diese Gifte konsumiert, stirbt vielleicht nicht sofort, aber er kommt dem Tod Tag für Tag näher. Da er selbst die Ursache ist, wird dies wie ein

langsamer Selbstmord gewertet. Es ist im Grunde kein Unterschied, ob man sich ein Messer in die Brust stößt und es langsam hineindrückt oder ob man sich selbst durch das Rauchen von Zigaretten schädigt. Es ist verboten, sich das Leben zu nehmen, und es ist ebenso verboten, der eigenen Gesundheit in irgendeiner Weise zu schaden. Denn der Körper ist ein anvertrautes Gut, das unter der Bedingung erhalten wurde, es zu schützen. Wer dagegen handelt, begeht einen Vertrauensbruch. Der Schutz des Lebens ist eine grundlegende Pflicht wie der Schutz der Religion, der Nachkommenschaft, des Verstandes und des Eigentums.

In diesem Sinn ist Rauchen haram, weil es der Gesundheit des Menschen schadet.

Verletzung des Rechts anderer und Verschwendung

Rauchen schadet nicht nur dem Konsumenten selbst, sondern auch anderen Menschen und der Umwelt. Von ungeborenen Kindern im Mutterleib bis zu Nichtraucher in geschlossenen Räumen, die dem Rauch passiv ausgesetzt sind, leiden viele direkt oder indirekt unter den Auswirkungen. Insofern kann gesagt werden, dass Raucher sowohl ihrer Umwelt als auch ihren Mitmenschen Schaden zufügen.

Ein weiterer wichtiger Aspekt im Zusammenhang mit der Bewertung von Rauchen als haram ist die enorme Verschwendung, die es verursacht. Im Koran wird dies als *Tebzir* bezeichnet, was übermäßige und maßlose Verschwendung bedeutet. Der Islam ist eine Religion, die selbst beim rituellen Waschen mit Wasser aus einem Fluss dazu anhält, nur so viel zu verbrauchen wie nötig. Ein gläubiger Mensch soll sich in allen Lebensbereichen vor Verschwendung hüten. Beim Essen, Trinken, Kleiden und Sprechen soll er Maß halten. Er soll seine Worte bewusst wählen und nichts Unnötiges sagen. Er soll vom Tisch aufstehen, bevor er völlig gesättigt ist, und

nur so viel schlafen und ruhen, wie er wirklich braucht.

Vor diesem Hintergrund wird deutlich, dass Ausgaben für Zigaretten eine offensichtliche Form der Verschwendung sind. Viele Menschen kürzen sogar das Budget für ihre Familie, um sich Zigaretten zu leisten. Das ist nicht nur Verschwendung, sondern auch eine Verletzung der Rechte ihrer Angehörigen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass das Rauchen sowohl der seelischen als auch der körperlichen Gesundheit von Rauchern und ihrer Umgebung großen und dauerhaften Schaden zufügt. Der unangenehme Geruch belästigt Menschen und auch Engel, das Recht anderer wird verletzt und die Umwelt wird stark belastet. Jeder dieser Punkte ist ein eigener Beweis dafür, dass das Rauchen haram ist.

Tödliches Gift Alkohol und Drogen

Der Einstieg in den Alkohol oder Drogenkonsum geschieht meist aus Neugier, Gruppenzwang oder dem Wunsch, sich dem sozialen Umfeld anzupassen. Alkohol und Drogen gelten, wie Zigaretten als haram, weil sie schwere Schäden verursachen. Alkohol ist ein gefährliches Mittel, das beim Konsum das Gehirn betäubt. Allah hat für uns viele erlaubte und gesunde Getränke erschaffen. Alkohol jedoch gilt als die Mutter aller Übel. Er zerstört Familien, bringt Unfrieden in die Gesellschaft und ist eine Sünde.

Sowohl geringe als auch große Mengen sind gesundheitsschädlich und religiös verboten.

Der gleichzeitige Konsum von Alkohol und Drogen führt oft zu besonders schlimmen Folgen. Viele tödliche Unfälle geschehen unter dem Einfluss beider Substanzen. Alkohol verstärkt die Wirkung von Drogen.

Die langfristigen gesundheitlichen Schäden treten bei dauerhaftem und übermäßigem Konsum über Monate oder Jahre auf. Chronischer Alkoholismus verursacht zahlreiche körperliche und seelische Probleme. Viele davon können

zum Tod führen. Typische Krankheitsbilder bei Alkoholikern sind Herzleiden, Nierenversagen, Leberschäden, Magenblutungen und schwere Entzündungen. Auch Appetitlosigkeit, Vitaminmangel und Verdauungsstörungen sind weit verbreitet. Je mehr Alkohol konsumiert wird, desto größer ist das Risiko schwerer Krankheiten.

Die Sterblichkeitsrate unter Alkoholikern ist hoch. Todesursachen sind unter anderem Herzversagen, Lungenentzündung, Krebs, Vergiftung durch Alkohol, Unfälle, Gewaltverbrechen und Selbstmord. Man darf nie vergessen, dass es keine sichere Menge an Alkohol gibt. Es ist medizinisch bewiesen, dass Alkohol den Körper zerstört, viele Krankheiten verursacht und körperliche sowie seelische Abhängigkeit erzeugt. Da alkoholische Getränke das Denkvermögen und die Selbstkontrolle schwächen, verliert der Mensch die Kontrolle über sich und weiß nicht mehr, was er tut oder sagt. Deshalb führt Alkoholkonsum oft zu Streit unter Freunden. Im Zustand der Trunkenheit enden diese Auseinandersetzungen nicht selten in Gewalttaten oder sogar mit tödlichem Ausgang.

Täglich sehen wir, wie alkoholisierte Autofahrer tödliche Unfälle verursachen und damit sich selbst oder andere in den Tod reißen.

Viele Familien werden zerstört, weil betrunkene Menschen zu Hause Streit beginnen, ihre Partner und Kinder schlagen und so das familiäre Gleichgewicht zerstören.

Daher ist das Verbot von Alkohol im Islam nicht nur ein religiöses Gebot, sondern auch eine wichtige Maßnahme zum Schutz der Familie und der Gesellschaft.

Das Spiel des Teufels

Vor langer Zeit lebte in einem Dorf ein sehr gelehrter Mann. Der Teufel versuchte auf verschiedene Weise, diesen Mann vom rechten Weg abzubringen. Zuerst nahm er menschliche Gestalt an und gab sich als besonders frommer und guter Mensch aus.

Der Mann fragte ihn: „Wie bist du so ein guter Mensch geworden“

Der Teufel antwortete: „Früher war ich sehr schlecht. Ich habe ständig Böses getan. Dann habe ich bereut und bin ein guter Mensch geworden.“

Dann fragte der Teufel: „Möchtest du auch so ein guter Mensch sein“

Der Mann sagte: „Natürlich möchte ich das.“

Da sagte der Teufel: „Dann töte zuerst einen Menschen und bereue danach.“

Der Mann sagte: „Nein.“

Der Teufel sagte: „Dann stiehlt etwas.“

Der Mann erwiderte wieder: „Nein.“

Darauf sagte der Teufel: „Dann trink wenigstens Alkohol und bereue danach.“

Der Mann willigte schließlich ein und trank. Als er betrunken war, beging er zuerst Diebstahl und dann tötete er im Streit einen Menschen.

Das Böse, das der Teufel ihm nicht direkt aufzwingen konnte, ließ er ihn durch den Alkohol begehen.

Unser Prophet sagte: „Alkohol ist die Mutter aller Übel.“